

GUÍA DE USUARIO

THE HEALTH CLUB



Iniciativa realizable
100% ONLINE*

**EN
MARCHA**

*Se adaptarán los retos de esta actividad para que sean realizables en casa.

PRESEN TACIÓN

Nombre de la idea

The Health Club

¿Para quién?

Universidades

Ámbito

Deporte + Alimentación

¿Qué buscamos con esta iniciativa?

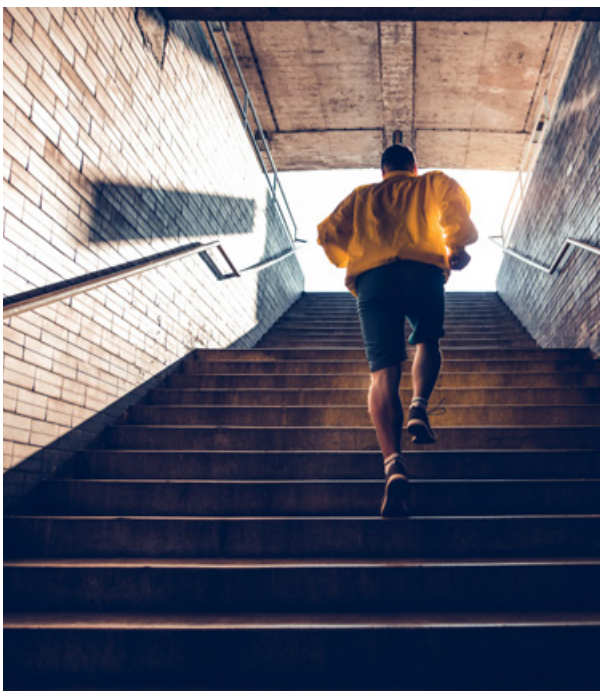
Fomentar un estilo de vida saludable entre los estudiantes universitarios.



¿EN QUÉ CONSISTE?

Descripción

Queremos poner el valor el esfuerzo que supone para los estudiantes mantener un estilo de vida sano, generando un club saludable con un sistema de recompensas que les de beneficios por mantener este estilo de vida.



¿CÓMO LA LLEVO A CABO?

Responsable de la acción

Junta directiva y responsables de salud de las universidades.

Pasos a seguir para la implementación de la acción

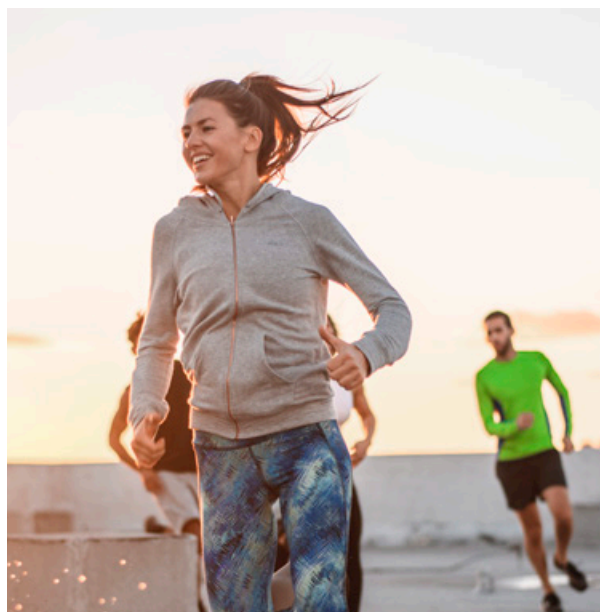
Se crearán tarjetas de puntos acumulables y se establecerá un punto The health Club en la universidad para que los alumnos vayan a canjear esos puntos.

Cada vez que un estudiante llegue a un objetivo saludable tendrá que pasarse por el punto “The Health Club”, enseñando las pruebas de que lo ha conseguido, y recibirá un sello a su tarjeta.

Cuando consiga completar una tarjeta, obtendrá una recompensa.

Materiales y recursos necesarios.

Tarjetas de puntos, creación del punto The Health Club (selección de encargados y materiales) y materiales para difusión de la iniciativa.



POR QUÉ FUNCIONA

Beneficios

De una manera sencilla y divertida, la universidad demuestra interés por la salud de sus alumnos y les ayuda a establecer hábitos saludables.

Interés para la audiencia

Además de mantener una vida sana y de establecer mejores hábitos, los alumnos obtendrán recompensas que les facilitarán la vida en el campus.

TIPOS DE OBJE TIVOS

Hacer 10.000 pasos diarios durante una semana entera.

Comprobante: apps de pasos de los smartphones.

Una semana comprando fruta en la cafetería.

Comprobante: tickets de esa semana.

Ruta corriendo por el campus.

Comprobante: app de rutas como Strava o Runkeeper.

Uso de las instalaciones deportivas de la universidad 10 veces en 1 mes.

Comprobante: ticket de reserva

Llevar al menos 2 tupperes saludables de casa para comer en la universidad.

Comprobante: fotos de esos platos en un lugar significativo del comedor del campus.

Participar en alguna actividad deportiva de la universidad.

Comprobante de inscripción

Participar en competiciones deportivas como competiciones o carreras de la universidad o de la ciudad.

Comprobante de inscripción

TIPOS DE RECOM PESAS

Créditos de libre elección.

Descuentos en fotocopias.

Comida en la cafetería.

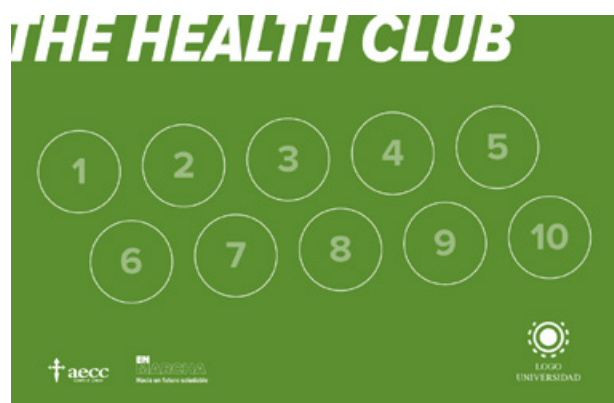
Descuentos en alquiler de instalaciones del campus.

Descuentos en merchandising de la universidad.

Ampliación de fechas de entrega de libros en la biblioteca.

Regalos saludables de la universidad como botellas de agua.

TARJETA DE PUNTOS THE HEALTH CLUB



PRO PUESTA PARA RRSS

Crear el hashtag #Thehealthclub y aprovechar las redes para subir por ahí los retos. Por ejemplo:

“Reto de pasos este mes: 10 mil por semana. Recompensa: 1 punto/semana”

De esta manera, llevamos tráfico a las redes de las universidades y damos a conocer la iniciativa a más público.